

# Cómo ayudar a los niños a tomar sus medicamentos

Los hábitos de tomar medicamentos comienzan a una edad temprana. Ciertas etapas del desarrollo pueden presentar nuevos desafíos para la toma de medicamentos. Las siguientes pautas pueden ser de ayuda para fomentar hábitos positivos en la toma de medicamentos.

- **Su actitud con respecto a administrar y tomar medicamentos es muy importante.**
- Mantenga una actitud segura, alentadora, reconfortante, tranquila y firme con cariño durante todo el proceso. Esto ayudará al niño a sentir que el adulto tiene el control y le ayudará a desarrollar emociones y hábitos positivos en torno a la toma de medicamentos, lo que le ayudará a tomar futuras dosis.
- **Deje suficiente tiempo para la administración de los medicamentos. Sea paciente. Respire hondo y tome descansos cuando los necesite.**
- **Evite administrar medicamentos en lugares donde haya mucha gente y/o ruido.**
- Por lo general, lo mejor es que solo una persona se encargue de administrarle los medicamentos al niño.
- Evite administrar medicamentos delante de muchas otras personas.
- **Manténgase físicamente al nivel del niño, sin estar de pie ni sobresalir por encima de él.**
- **Sea sincero y dígame al niño: "Esto es medicamento para ayudar a tu cuerpo".**
- Empiece a hablar de ello cuanto antes; los niños entienden lo que se les dice mucho antes de que puedan hablar.
- Explíquelo los beneficios de una manera que el niño pueda comprender. Ejemplo: "Este medicamento hará que no te duela la barriga". Escuche lo que dice el niño y, si es posible, modifique el enfoque para adaptarlo a sus necesidades.
- **Deje que las emociones fluyan, brindando consuelo antes de dar explicaciones.**
- **Valide cualquier emoción difícil que un niño pueda tener al tomar medicamentos.**
- Abrace a su hijo y dígame: "He oído que no quieres tomarte el medicamento. Estoy aquí para ayudarte". Considere decir: "Tomar el medicamento es muy importante para que tu cuerpo esté sano".
- **Demuéstrelo dándoles el medicamento a los peluches; esto puede ser útil para que los niños tomen sus medicamentos.**
- **Evite pedirle al niño que tome el medicamento cuando no sea opcional.**
- **Dígame que "es hora de tomar su medicamento" o cuando sea razonable. Ofrezcales opciones.**
- Ejemplo: "¿Te gustaría tomar tu medicamento antes o después de \_\_\_?", si eso es razonable dadas las circunstancias.
- **Utilice un lenguaje de "primero-luego". Ejemplo: "Tómame la medicina y luego veremos Bluey".**
- Asegúrese de cumplir con lo que dijo que haría, incluso si al niño le cuesta tomar el medicamento.
- **Evite decirles que sabe asqueroso o poner caras de disgusto.**
- **Ofrezca una posición cómoda y adecuada a la edad.**
- Normalmente, esto implica estar sentado; la gente no suele comer ni beber tumbada o reclinada. Los niños pequeños suelen tomar mejor la medicina cuando están en el regazo de un ser querido.



Si desea apoyo y/o asistencia, comuníquese con la oficina de vida infantil: 325-747-6198 o [elizabethbailey@shannonchildlife.org](mailto:elizabethbailey@shannonchildlife.org)

# Cómo ayudar a los niños a tomar sus medicamentos

- **No le tape la nariz ni la boca al niño y no le sople en la cara para inducirle a tragar.**
- **Administre el medicamento justo antes de una comida o del horario de alimentación.**
- Cuando los bebés y los niños tienen hambre, es más probable que tomen medicamentos.
- Los bebés suelen tomar mejor los medicamentos mediante una jeringa oral.
- Evite forzar la apertura de la boca o administrar el medicamento directamente hacia el fondo de la boca, ya que puede provocar asfixia.
- Coloque suavemente la jeringa oral a la mitad del interior de la mejilla o al lado de la lengua y administre lentamente de ½ a 1 ml de medicamento a la vez.
- Permita que el niño trague el medicamento antes de administrar más en su boca.
- Alternar el uso de ambos lados de la boca puede resultar útil.
- **A los niños mayores se les puede dar la opción de tomar el medicamento con una jeringa oral o con un vasito dosificador.**
- No tienen la opción de tomar el medicamento o no, pero ofrecerles otras alternativas realistas puede ayudar al niño a cooperar.
- **Al usar una jeringa oral para un niño de cualquier edad, se recomienda tener un vasito de medicamento a la mano, ya que permite recoger cualquier medicamento que salga de la boca (de los labios o el mentón) y volver a administrárselo al niño.**
- Si un niño retiene el medicamento en la boca durante mucho tiempo, acarícielo suavemente el cuello desde la parte superior (debajo de la barbilla) hacia abajo si es necesario, ya que esto puede facilitar la deglución.
- (Imagen)
- **Evite mezclar medicamentos con grandes cantidades de comida o bebida; esto puede provocar que empiecen a rechazar los alimentos y bebidas que necesitan.**
- Algunos medicamentos se pueden mezclar con 1 o 2 cucharaditas o con 5 a 10 ml de jugo o alimento y administrarse con una cuchara.
- **Algunas familias obtienen buenos resultados permitiendo que el niño coma parte de una paleta helada, luego tome la medicina y termine la paleta. El frío y el jarabe del helado pueden atenuar el sabor intenso de los medicamentos.**
- **Para los niños mayores, beber agua o zumo de uva después de tomar la medicina puede ser beneficioso.**
- **Felicite a los niños por tomar sus medicamentos.**
- Algunas familias consideran útil darle al niño una pequeña recompensa, como una pegatina, después de que tome el medicamento.
- **Dar mimos y abrazos puede ser beneficioso para todos los niños antes, durante y después de tomar medicamentos, pero es especialmente importante para aquellos que están disgustados.**
- **Sea constante.**
- **Evite darle medicamentos justo después de disciplinar a su hijo, ya que el niño podría pensar que la medicina es un castigo.**
- **No amenace a los niños si se niegan a tomar el medicamento.**
- **En ocasiones, puede ser necesario pausar o apagar juegos, programas u otras actividades hasta que se tome el medicamento.**
- Explíquelo al niño que es importante que tome su medicamento y que no puede hacer nada más hasta que lo haya tomado.
- **Normalmente, a partir de los 6 años, los niños empiezan a aprender a tragar una pastilla o comprimido pequeños.**



Si desea apoyo y/o asistencia, comuníquese con la oficina de vida infantil: 325-747-6198 o [elizabethbailey@shannonchildlife.org](mailto:elizabethbailey@shannonchildlife.org)